◆ HANDBOK I ◆

REDSKAPS-GYMNASTIK



II.

ÖFNINGAR PÅ TYSK HÄST


22200227882

HANDBOK

I

REDSKAPSGYMNASTIK

II

ÖFNINGAR PÅ TYSK HÄST

SAMMANSTÄLLDA

I GRUPPER ENLIGT SVÅRIGHETSGRAD

EFTER A. MAUL OCH ANDRA FÖRFATTARE

AF

JARL JAKOBSSON
GYMNASTIKLÄRARE

HELSINGFORS
EDLUNDSKA BOKHANDELN
(E. & O. HJORTH)



HELSINGFORS
FRENCKELLSKA TRYCKERI-AKTIEBOLAGET 1907

Förkortningar.

bkm. = bakom.
bkt. = bakåt.
frf. = framför.
frt. = framåt.
H. = halsen.
h. = höger.
hb. = högra benet.
K. = korset.
S. = sadeln.
strstd. = sträckstöd.
v. = venster.
vb. = venstra benet.

Första graden.

I.

1. Uppsprång till motvändt strstd. på sadelbommarna; nedsprång bkt. och dets.

2. Uppsprång till strstd.; *vb. sidsvingning,* benslutning, nedsprång bkt. (sidsvingning = vb. svingning rakt utåt sidan).

3. Uppsprång till strstd.; vb. svingning *på Halsen,* v. ben tillbaka, nedsprång bkt.

4. Uppsprång till strstd.; *vb. svingning öfver Halsen* till *tvärridsits* i sadeln; (benet svingas öfver H. och under v. handen *frt.* mellan sadelbommarna = *vb. insvingning;* bkt. tillbaka = vb. utsvingning); vb. utsvingning, nedsprång bkt.

5. Uppsprång till strstd.; *vb. svingning frt. och bkt.* till v. knästående i S = sadeln; *vb. sträckning* med nedsprång bkt.

6. Uppsprång till strstd.; *vb. svingning frt. och bkt.* till *v.* knästående i S.; *hb. insvingning frt.* under h. handen; *hb. utsvingning bkt.; vb. sträckning* med nedsprång bkt.

7. Uppsprång till *knäståend*e i S.; uppstigning till sträckstående, nedsprång frt.

8. Uppsprång till *knästående i S.* med löskastning af greppet, nedsprång direkt frt. s. k. *modsprång.*

II.

1. *H. huk till hukstående i S.*, nedsprång och genast h. huk till hukstående; upprätning till sträckstående. nedsprång frt.

2. *V. huk i S.;* hb. insvingning frt. under h. handen, upprätning till sträckstående, nedsprång frt.

3. *V. huk i S.* och genast med uppgifvandet af greppet upprätning till sträckstående, nedsprång frt.

4. Hvardera benen till huk; hukstående i sadeln, bensträckning bkt.; benen till huk, sträckstående och nedsprång frt.

5. *Hukstående, bensträckning frt.* till frånvändt strstd.; nedsprång frt.

6. Vexelvis knä- och hukstående i S.

7. Huksprång frt. öfver sadeln till stående.

8. Huksprång frt. med olika grepp (på bommarna, på halsen och på korset).

9. Huksprång frt. till frånvändt strstd., nedsprång frt.

III.

1. Från tvärstående vid halsen med v. handen på H. och h. handen på den närmare bommen; *hb. genomträdning frt.* och vb. *insvingning frt.* till frånvänd tvärsits med slutna ben på Halsen; nedsprång frt.

2. = 1, men till stående s. k. vargsprång.
3. Dets. men med stöd på bommarna.
4. Dets. men med vändning åt h.
5. Dets. men med vändning åt v.
6. Dets. till *frånvändt strstd.* i S., nedsprång frt.

IV.

1. Uppsprång till strstd. med benkastning bkt. och bendelning, tillbaka till strstd., nedsprång bkt.
2. Uppsprång till *grenstående* [hvardera benen på yttre sidan om händerna], nedsprång bkt. med benslutning.
3. Uppsprång till *grenstående,* nedsprång bkt. till motvändt strstd., nedsprång och huksprång frt.
4. Uppsprång till *grenstående* med löskastning af greppet, med benslutning hopp till sträckstående i sadeln, nedsprång frt.
5. Uppsprång till *grenstående,* upprätning med löskastning af greppet till sträckgrenstående, nedsprång med benslutning frt.
6. *Grensprång* öfver hästen med hjälp.

V.

1. Uppsprång till fritt strstd. på bommarna med bensvingning utåt och benslutning vid nedsprånget; vexelvis v. o. h. benet.
2. Med v. handen på halsen och h. handen på den närmare bommen motvändt uppsprång *till ridsits utanför* sadelbommen med ansiktet mot densamma;

med grepp på den närmare bommen bensvingning frt. och *bkt.* till nedsprång bkt. öfver halsen.

3. = 2 till ridsits utanför sadelbommen; med grepp på bommen motvändt utsprång åt v.

4. = 2 till ridsits i sadel; nedsprång = 3 med grepp på främre bommen.

5. *Vb. insvingning frt.* under v. handen till *tvär-ridsits*; hb. insvingning till frånvändt strstd. Ned-språng frt.

6. *Vb. insvingning frt.* under v. handen till *ridsits* i sadeln. Motvändt utsprång åt v.

VI.

1. Uppsprång till fritt strstd. på bommarna med sidsvingning åt v. och tillbaka med nedsprång.

2. Med stöd af v. handen på halsen och h. handen på den närmare bommen sidsprång åt v. öfver halsen till stående.

3. = 2 till frånvändt strstd. på halsen. Ned-språng frt.

4. = 3 till frånvändt strstd. i sadeln. Ned-språng frt.

5. *Sidsprång åt v.* öfver sadeln till stående.

6. *Sidsprång åt v.*, med grepp af v. handen på närmare bommen och h. handen på korset, öfver till stående.

7. *Sidsprång åt v.* med stöd på hästryggen.

8. Från stående sidsprång åt v. med vändning åt h. = motvändt sidsprång öfver.

VII.

1. Uppsprång till fritt strstd. på bommarna med svingning af det ena benet under det andra åt sidan, benslutning med nedsprång.

2. Hb. svingning under v. benet till ridsits på halsen = frånvändt uppsprång åt v. [ryggen blir vänd mot sadeln. Vid uppsprånget hålles v. handen på halsen och h. handen på den närmare bommen]. Nedsprång frt. med stöd på halsen.

3. Frånvändt uppsprång åt v. med stöd på bommarna till ridsits i sadeln. Med stöd på främre bommen motvändt utsprång åt h.

4. *Frånvändt uppsprång åt v.* i sadeln till strstd. i ridsits; bak- och framsving till frånvändt utsprång åt h. till stående.

5. Uppsprång med stöd på bommarna och *hb. insvingning* under v. handen till tvärridsits i sadeln; *vb. insvingning* under v. handen till frånvändt strstd. Nedsprång frt.

6. Med v. handens stöd på halsen och h. handens stöd på den närmare bommen *frånvändt språng* åt v. öfver halsen till stående.

7. Med stöd på bommarna *frånvändt språng* åt v. frt. öfver sadeln till stående.

VIII.

Öfningarna börja med stöd på bommarna.

1. *vb. insvingning* under v. handen; *hb. insvingning* under h. handen till frånvändt strstd. Nedsprång långt frt.

2. *vb. insvingning* under v. handen; *hb. insvingning* under h. handen till nedsprång frt. och vändning åt v.

3. *vb. insvingning* under v. handen; hb. insvingning under h. handen och helvändning åt v. till motvändt sträckstöd på halsen; nedsprång bkt. med *sidsprång åt h. frt.* öfver halsen till stående.

4. *vb. insvingning*, under v. handen *skrufoppsits åt v. frt.* till ridsits på halsen med ansiktet mot sadeln [h. benet svingas öfver h. bommen och öfver halsen]. Nedsprång bkt.

5. = 4 till ridsits, *saxning åt v. bkt.* d. v. s. baksving med helvändning åt v. till ridsits med ryggen vänd mot sadeln; nedsprång frt. med stöd på halsen.

6. *vb. insvingning* under v. handen, *skrufoppsits v. frt.* till ridsits = 4. Med stöd på den närmare bommen motvändt utsprång åt h. med vändning åt v.

IX.

1. *Vb. insvingning* under v. handen och genast *hb. insvingning* under h. handen till frånvändt strstd.; Vb. och hb. utsvingning under v. och h. handen till motvändt strstd. Nedsprång bkt. och genast *sidsprång* åt v. frt.

2. *Vb. in- och utsvingning* under v. handen, utan att beröra hästen vid insvingen, till motvändt strstd., nedsprång bkt. och sidsprång åt h. till stående.

3. *Vb. in- och utsvingning* under v. handen till motvändt strstd.; *hb. insvingning* till ridsits i sadeln.

Med stöd på främre bommen bensvingning frt. och bkt. till motvändt utsprång åt h.

4. *Vb. in- och utsvingning* under v. handen till strstd.; *hb. insvingning, vb. insvingning* till nedsprång frt. med vändning åt h. till stående.

5. *Vb. in- och utsvingning* under v. handen till strstd.; *hb. insvingning,* skrufoppsits åt h. till ridsits utanför sadeln. Nedsprång bkt. till stående.

6. *Vb. in- och utsvingning* under v. handen och genast därpå *hb. in- och utsvingning* under h. handen till strstd. Nedsprång bkt. och motvändt språng åt v. öfver hästen till stående.

X.

Öfningarna börja från *stående frf.* sadeln.

1. *Frånvändt uppsprång* åt h. till ridsits i sadeln; med stöd på främre bommen motvändt utsprång åt v.

2. *hb. insvingning* under v. handen med vändning åt v. till *strstd. i ridsits* i sadeln. Bensvingning bkt. och frt. till frånvändt utsprång åt h.

3. *hb. insvingning* under v. handen; *vb. insvingning* under v. handen till nedsprång frt. med vändning åt h.

4. *hb. insvingning* under v. handen; skrufoppsits åt. h. frt. till ridsits utanför sadeln. Nedsprång bkt.

5. *hb. in- och utsvingning* under v. handen till nedsprång bkt. och frånvändt språng åt v. öfver hästen till stående.

6. *hb. in- och utsvingning* under v. handen till motvändt strstd.; *motvändt uppsprång* till ridsits utanför sadeln; motvändt utsprång åt h.

7. *hb. in- och utsvingning* under v. handen till motvändt strstd.; vb. insvingning under v. och hb. insvingning under h. handen till nedsprång frt. med vändning åt v.

8. *hb. in- och utsvingning* under v. handen till motvändt strstd., vb. insvingning och skrufoppsits v. frt. till ridsits utanför sadeln; nedsprång bkt.

XI.

Öfningarna börja från stående frf. sadeln.

1. *Skrufoppsits åt v. bkt.* (v. benet förblir vid v. bommen och h. benet svingas bkt. öfver v. benet med $^3/_4$ vändning åt h.) till ridsits utanför sadeln med ryggen mot densamma. Nedsprång frt.

2. *Skrufoppsits åt v. bkt.* till ridsits utanför sadeln. Med motgrepp på den närmare bommen benuppsvingning och *saxning frt.* med helvändning åt v. till ridsits. Nedsprång bkt.

3. *Skrufoppsits åt v. bkt.* till ridsits, saxning och med stöd på den bortre bommen motvändt utsprång åt v.

4. Med v. handen frångrepp på v. bommen *skrufning åt v. bkt.* till frånvändt strstd. [högra handen kommer på halsen]; *skrufoppsits åt h. frt.* till ridsits i sadeln. Motvändt utsprång åt v.

5. *Skrufoppsits åt v. bkt.* till ridsits; med fattning af h. handen på den närmare bommen skrufning åt h. frt. till motvändt strstd. Nedsprång långt bkt.

XII.

1. *vb. insvingning* under v. handen, skrufoppsits v. frt. till ridsits, *saxning bkt.* med helvändning åt v. till ridsits. Med stöd af händerna på halsen motvändt utsprång åt h.

2. Motvändt uppsprång åt v. till ridsits på halsen, *saxning bkt., saxning frt.* åt h. Nedsprång bkt.

3. *Skrufoppsits åt v. bkt.* till ridsits på halsen, saxning frt., saxning bkt. åt v. Nedsprång frt.

4. *vb. insvingning* under v. handen; skrufoppsits åt v. frt. till ridsits på halsen; *saxning bkt.* åt v., *saxning bkt.* åt v. med stöd på halsen till ridsits. Motvändt utsprång åt v.

5. *Frånvändt uppsprång åt v.* till ridsits på halsen, *saxning bkt.* åt v., *saxning frt.* åt v., motvändt utsprång åt h. (Alla öfningar med stöd på halsen).

6. *Motvändt uppsprång åt h.* till ridsits i sadeln, *saxning bkt. åt v.* med stöd på främre bommen till ridsits i sadeln. Motvändt utsprång åt v.

7. Frånvändt uppsprång åt h. till ridsits i sadeln, *saxning frt.* åt v. med motgrepp på bakre bommen till ridsits i sadeln. Frånvändt utsprång åt h. med stöd på båda bommarna (v. handen frf.)

XIII.

1. *vb. frt. trädning,* hb. insvingning och nedsprång frt. med vändning åt v.

2. *vb. frt. trädning,* skrufoppsits v. frt. till ridsits på halsen. Nedsprång bkt.

3. *vb. frt. trädning,* hb. *frt. trädning* till frånvändt strstd., vb. utsvingning bkt. under v. handen, likaså hb. under h. handen till motvändt strstd. Nedsprång bkt. och huksprång.

4. *vb. frt. trädning, vb. utsvingning bkt.* under v. handen = *halfkretsning* till motvändt strstd. Nedsprång bkt. och sidsprång v. frt.

5. *vb. halfkretsning* och hb. *halfkretsning* till nedsprång bkt. och motvändt språng åt v.

6. *vb. frt. trädning* och genast *vb. utsvingning* under h. handen till motvändt strstd. Nedsprång bkt. och frånvändt språng åt h. öfver h. bommen.

7. *vb. frt. trädning, vb. utsvingning* under v. handen; *vb. frt. trädning* och *vb. utsvingning* under h. handen till strstd. Nedsprång med frånvändt språng åt v. öfver v. bommen.

8. *vb. frt. trädning* och *vb. utsvingning* under h. handen, *vb. frt. trädning* och *vb. utsvingning* under v. handen till nedsprång bkt. med motvändt utsprång åt v.

9. *vb. frt. trädning* och *vb. utsvingning* under v. handen *hb. frt. trädning* och *hb. utsvingning* under v. handen till stående.

10. *vb. frt. trädning* och *vb. utsvingning* under h. handen, *hb. frt. trädning* och *hb. utsvingning* under h. handen till stående.

XIV.

Ena benets *bkt. trädning.*

1. *vb. insvingning* under v. handen och *vb. bkt. trädning* till motvändt strstd. Nedsprång med sidsprång åt v.

2. *vb. insvingning* under v. handen och *vb. bkt. trädning* till stående med motvändt uppsprång åt v. till ridsits i sadeln. Motvändt utsprång åt v.

3. *vb. insvingning* under v. handen och *vb. bkt. trädning* till stående; vb. insvingning under v. handen och hb. insvingning till nedsprång med vändning åt v.

4. *vb. insvingning* under v. handen och *vb. bkt. trädning,* hb. insvingning under h. handen och *hb. bkt. trädning.* Nedsprång och *grensprång* frt. öfver hästen.

5. *vb. frt. och bkt. trädning;* vb. insvingning under v. handen och skrufoppsits åt v. frt. till motvändt strstd. på halsen. Nedsprång bkt.

6. *vb. insvingning* under v. handen; *vb. bkt. och frt. trädning;* vb. utsvingning till nedsprång med huksprång öfver.

7. *vb. insvingning* under h. handen och *vb. bkt. trädning* med nedsprång bkt. och frånvändt utsprång öfver h. bommen.

8. *vb. insvingning* under h. handen och *vb. bkt. trädning;* vb. insvingning under v. handen och *vb. bkt. trädning* till nedsprång med vargsprång öfver.

9. *vb. insvingning* under h. handen och *vb. bkt. och frt. trädning; vb. utsvingning* under v. handen till nedsprång med motvändt språng öfver åt v.

XV.

1. *Frt. trädning först vb.* och sen *hb.* till frånvändt strstd. Nedsprång frt.

2. *Frt. trädning vb. och hb.*, skrufoppsits v. frt. till ridsits på halsen. Nedsprång bkt.

3. *Frt. trädning vb. och hb.*, dets. bkt. till nedsprång med huksprång öfver sadeln.

4. *Frt. trädning vb. och hb.; vb. utsvingning* och hb. utsvingning under v. och h. handen till motvändt strstd. Nedsprång bkt. och motvändt språng öfver åt v.

5. *Frt. trädning vb. och hb.; vb. och hb. ut- och insvingning* under v. och h. handen till frånvändt strstd. Nedsprång frt.

6. *Frt. trädning vb. och hb.; vb. ut- och insvingning* och skrufoppsits v. frt. till ridsits på halsen. Nedsprång bkt.

XVI.

1. vb. insvingning under v. handen och genast *vb. bkt. trädning; hb. frt. trädning* och hb. utsvingning under h. handen. Nedsprång bkt. och sidsprång öfver åt v.

2. vb. insvingning under h. handen och genast *vb. bkt. trädning, hb. frt. trädning* och hb. utsving-

ning under v. handen. Nedsprång och frånvändt språng åt v. öfver v. bommen.

3. vb. insvingning, *hb. frt. trädning, vb. bkt. trädning,* hb. utsvingning under h. handen. Nedsprång med motvändt utsprång öfver åt v.

4. vb. insvingning under h. handen, *hb. frt. trädning, vb. bkt. trädning,* hb. utsvingning under v. handen. Nedsprång med vargsprång öfver.

5. vb. insvingning, *hb. frt. trädning, vb. bkt. trädning* och genast skrufoppsits åt h. frt. till ridsits på korset. Nedsprång bkt.

6. vb. insvingning under h. handen, *hb. frt. trädning, vb. bkt. trädning,* skrufoppsits åt v. bkt. till ridsits på halsen. Nedsprång frt.

XVII.

Sidsprång från tvärstående vid halsen med v. handens stöd på halsen och h. handens på den närmare bommen:

1. Huksprång.
2. Vargsprång.
3. Sidsprång åt v.
4. Motvändt språng öfver åt v.
5. Frånvåndt språng öfver åt v.

6—10. Samma språng men med stöd på bommarna.

XVIII.

Hästen långställd. Öfningarna börja med anlopp och sats från satsbräde.

1. Uppsprång till fritt strstd. på korset med bendelning och benslutning till nedsprång.

2. Uppsprång *till ridsits* på korset, bensvingning frt. och bkt. med stöd frf. till motvändt utsprång åt v.

3. Uppsprång till *ridsits* på korset, vb. öfversvingning åt h. med vändning åt v. till motvändt strstd. Nedsprång bkt.

4. = 3 till frånvändt strstd., skrufoppsits v. frt. till ridsits; motvändt utsprång åt v.

5. Uppsprång *till ridsits* och hb. öfversvingning med vändning åt h. till nedsprång, sidsprång öfver åt h.

6. Uppsprång *till ridsits;* bensvingning frt. och bkt. i stöd frf. och saxning bkt. åt v. till ridsits. Motvändt utsprång åt v.

7. Uppsprång till ridsits; bensvingning frt. och bkt. i stöd frf. till hukstående, upprätning till strstd.; grensprång frt. med stöd på främre ändan af hästen.

XIX.

Uppsprång = XVIII.

1. Grensprång till utansits frf. v. handen. Frånvändt utsprång åt h. till stående.

2. Grensprång till utansits frf. v. handen. Med stöd frf. motvänd svingning åt h. till utansits bkm. h. handen; motvändt utsprång åt v.

3. Grensprång med vändning åt h. till motvändt strstd. Motvändt utsprång åt h.

4. = 3 till motvändt strstd.; nedsprång och sidsprång åt h.

5. Språng till stående på ryggen. Grensprång frt.

6. Språng till knästående på ryggen. Grensprång frt.

XX.

Från ändan.

1. Frånvändt uppsprång åt v. frt. *till utansits* frt. v. handen, motvändt utsprång åt h.

2. Frånvändt uppsprång åt v. frt. *till ridsits.* Saxning bkt. till ridsits. Nedsprång frt. öfver korset.

3. Frånvändt uppsprång åt v. frt. *till utansits* frf. h. handen, frånvändt utsprång åt v.

4. = 3 och vändning åt v. till motvändt strstd.; uppsprång till knästående och modsprång frt.

5. = 3 till motvändt strstd., hb. insvingning och skrufoppsits h. frt. till ridsits, bensvingning frt. och bkt. till sträckstående, grensprång frt. med stöd frf.

6. = 3 till motvändt strstd.; skrufoppsits åt h. bkt. till ridsits, motvändt utsprång åt h.

7. Frånvänd svingning frt. öfver hästen från v. sidan till frånvändt utsprång åt h.

Andra graden.

I.

1. *vb. in- och utsvingning* under v. handen och genast dets. åt h., vb. insvingning och skrufoppsits åt v. frt. till ridsits på halsen. Nedsprång bkt.

2. Upprepadt *vb. och hb. in- och utsvingning.*

3. *vb. in- och utsvingning* under h. handen och genast dets. med hb. under h. handen. Nedsprång bkt. och sidsprång öfver åt h.

4. *vb. in- och utsvingning* under v. handen och genast dets. med hb. under v. handen. Nedsprång bkt. och motvändt språng öfver åt v.

5. *vb. in- och utsvingning* under h. handen och genast dets. med hb. under v. handen. Nedsprång bkt. och frånvändt språng åt h. öfver h. bommen.

6. *vb. in- och utsvingning* först under h. och sen under v. handen. Nedsprång och motvändt språng öfver åt h.

7. *vb. in- och utsvingning* först under v. och sen under h. handen. Nedsprång och frånvändt språng åt v. öfver v. bommen.

II.

1. Uppsprång till fritt strstd., *vb. svingning frt.* öfver halsen och tillbaka [benet får ej beröra hästen]. Nedsprång bkt.

2. Uppsprång till fritt strstd. med *vb. svingning* frt. och vändning åt h. [kroppstyngden hvilar på v. armen]; svingning tillbaka till nedsprång bkt. och motvändt språng öfver åt v.

3. *vb. frt. och bkt. svingning* till fritt strstd., hb. insvingning till ridsits i sadeln. Motvändt utsprång åt h.

4. *vb. frt. och bkt. svingning,* skrufoppsits åt h. bkt. till ridsits på korset, grensprång frt.

5. *vb. frt. och bkt. svingning* till ridsits på korset, saxning bkt. åt v., motvändt utsprång åt v.

6. *vb. frt. och bkt. svingning,* vb. insvingning under h. handen, helvändning åt h. i tvärridsits, skrufutsprång åt h. frt. till stående.

III.

1. *vb. insvingning,* hb. svingning öfver korset frt. till fritt stöd på h. bommen [hvardera benen komma på sidan om h. handen, vb. emellan bommarna och hb. på h. sidan om h. handen]; hb. kretsning åt v. med helvändning åt h. till nedsprång bkt. [v. handen flyttas under rörelsen på korset].

2. = 1, men efter nedsprånget sidsprång öfver åt v.

3. = 1, men till motvändt strstd. på korset motvänd svingning åt v. till ridsits. Nedsprång bkt.

4. vb. frt. trädning och hb. till fritt stöd på h. bommen, hb. kretsning åt v. till motvändt strstd. på korset med motvänd svingning åt v. till ridsits på detsamma, saxning bkt. och nedsprång frt.

5. *vb. frt. trädning* med hb. svingning till fritt stöd på h. bommen, hb. kretsning åt v. med helvändning åt h. till motvändt strstd., frånvänd uppsittning till ridsits, nedsprång frt.

6. = 5 till ridsits, saxning frt., motvändt utsprång åt h.

IV.

Öfningarna börja från stående frf. sadeln med vb. kretsning under v. och h. handen till motvändt strstd. med:

1. Nedsprång bkt. och sidsprång öfver åt v.

2. *hb. insvingning,* vb. insvingning med vändning åt h., nedsprång frt.

3. *hb. insvingning,* skrufoppsits h. frt. till ridsits på korset, motvändt utsprång åt v.

4. *hb. insvingning,* skrufoppsits h. frt. till motvändt strstd. hb. insvingning under h. handen, skrufning åt h. till utsprång frt.

5. *hb. insvingning,* vb. insvingning med helvändning åt h. till motvändt strstd., vb. kretsning under v. och h. handen till stående.

6. *hb. insvingning,* vb. svingning frt. till fritt stöd på v. bommen vb. kretsning åt h. med vändning åt v. till stående.

7. *hb. kretsning* under h. och v. handen till nedsprång bkt. med motvändt språng öfver åt h.

V.

Öfningarna börja = IV. med:

1. Motvänd svingning åt v. till ridsits *i sadeln*, motvändt utsprång åt v.

2. *vb. insvingning*, skrufoppsits v. frt. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt v.

3. *vb. insvingning*, hb. insvingning med helvändning åt v. till motvändt strstd. på halsen, hb. kretsning under h. och v. handen till stående.

4. *vb. insvingning*, hb. svingning åt h. till fritt stöd på h. bommen, hb. kretsning åt v. med helvändning till stående.

5. Upprepad kretsning, nedsprång och sidsprång öfver åt v.

6. *vb. insvingning* vb. bkt. trädning, nedsprång och sidsprång åt h.

VI.

1. hb. frt. trädning, hb. utsvingning, *vb. kretsning* under v. och h. handen, nedsprång och sidsprång åt v.

2. hb. in- och utsvingning, *vb. kretsning* under v. och h. handen, nedsprång och sidsprång åt h.

3. Huksprång till frånvändt strstd., vb. utsvingning, hb. utsvingning, *vb. kretsning* under v. och h. handen, nedsprång och huksprång frt.

4. Sidsprång åt h. till frånvändt strstd., vb. utsvingning och hb. utsvingning, *vb. kretsning* under v. och h. handen, nedsprång och motvändt språng öfver åt v.

5. vb. insvingning, vb. bkt. trädning, *vb. kretsning* under v. och h. handen, nedsprång och motvändt språng öfver åt v.

6. vb. frt. trädning, hb. insvingning under h. handen, *vb. kretsning* under v. och h. handen, nedsprång och frånvändt språng åt v. öfver v. bommen.

7. vb. in- och utsvingning under h. handen, *vb. kretsning* under v. och h. handen, nedsprång och frånvändt språng åt h. öfver h. bommen.

VII.

Öfningarna börja med *vb. kretsning under h. och v. handen* till:

1. Nedsprång med frånvändt språng åt h. öfver h. bommen.

2. Motvänd svingning åt h. till ridsits i sadeln, motvändt utsprång åt h.

3. hb. insvingning, vb. insvingning till nedsprång frt. med vändning åt h.

4. hb. och *vb.* insvingning med helvändning åt h. till motvändt strstd. på korset, vb. kretsning under v. och h. handen till stående.

5. hb. insvingning, vb. svingning frt. till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning åt h. under h. handen med frånvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, nedsprång frt.

6. hb. insvingning, vb. svingning frt. till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning åt h. under h. handen med helvändning åt v. till nedsprång bkt.

7. hb. kretsning under h. och v. handen, nedsprång och motvändt språng öfver åt h.

VIII.

Öfningarna börja som VII. till:

1. vb. frt. trädning, vb. utsvingning, nedsprång och sidsprång öfver åt v.

2. vb. frt. trädning, vb. utsvingning under h. handen, nedsprång och huksprång öfver.

3. Frånvänd svingning åt h. till ridsits i sadeln, frånvändt utsprång åt v.

4. vb. insvingning under h. handen, hb. svingning frt. till fritt stöd på h. bommen, hb. kretsning åt v. under v. handen med helvändning till nedsprång bkt.

5. Upprepad kretsning af v. benet, nedsprång och grensprång öfver frt.

6. vb. in- och utsvingning under h. handen, vb. kretsning under v. och h. handen, nedsprång och motvändt språng öfver åt v.

7. Skrufoppsits åt h. bkt. till ridsits i sadeln, skrufutsprång åt v. frt. med helvändning åt v.

IX.

1. vb. frt. trädning, vb. utsvingning och kretsning under h. och v. handen, nedsprång och huksprång öfver frt.

2. hb. frt. trädning, hb. utsvingning under v. handen och *vb. kretsning* under h. och v. handen, nedsprång och vargsprång åt v. öfver.

3. vb. in- och utsvingning, vb. kretsning under h. och v. handen, nedsprång och sidsprång öfver åt v.

4. vb. insvingning under h. handen, vb. bkt. trädning och *kretsning* under h. och v. handen, nedsprång och frånvändt språng åt h. öfver h. bommen.

5. hb. insvingning och vb. insvingning, tillbaka först h.- och sen v. med *vb. kretsning* under h. och v. handen, nedsprång och motvändt språng åt h. öfver hästen.

6. hb. kretsning under h. och v. handen, *vb. kretsning* under h. och v. handen, nedsprång och frånvändt språng åt v. öfver v. bommen.

X.

Öfningarna börja med *huksprång frt.* till frånvändt strstd. Följer så:

1. Frånvänd svingning åt v. till ridsits i sadeln, motvändt utsprång åt h.

2. Frånvänd svingning åt v. till ridsits på halsen; med stöd på halsen motvändt utsprång åt h.

3. Skrufoppsits åt v. frt. till ridsits i sadeln; med stöd på främre bommen nedsprång bkt.

4. vb. ut- och insvingning till nedsprång frt. med vändning åt h.

5. vb. utsvingning och svingning frt. åt v. till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning åt h. och under h. handen till nedsprång med helvändning åt v.

6. vb. utsvingning och vb. frt. trädning till nedsprång långt frt.

XI.

Början = X. till:

1. vb. bkt. trädning och vb. insvingning till nedsprång frt.

2. vb. bkt. trädning och vb. insvingning under h. handen till nedsprång frt. med vändning åt v.

3. vb. bkt. trädning och genast skrufoppsits åt h. frt. till ridsits på korset, nedsprång bkt.

4. vb. bkt. trädning och genast skrufoppsits åt v. bkt. till ridsits på halsen, nedsprång frt.

5. vb. bkt. trädning och hb. utsvingning till nedsprång och sidsprång öfver åt v. frt.

6. vb. utsvingning och hb. utsvingning under v. handen till nedsprång bkt. och huksprång öfver frt.

XII.

1. *Benträdning frt. och bkt.* till nedsprång och sidsprång öfver åt v. frt.

2. *Benträdning frt. och bkt.* till strstd., vb.- och hb. insvingning till nedsprång frt. med vändning åt v.

3. Med motgrepp af h. handen på v. bommen uppsprång till frånvändt strstd. på bommarna; *benträdning bkt.*, vb.- och hb. insvingning till *huksprång öfver bkt.*

4. Början = 3; *benträdning bkt. och frt.* till frånvänd svingning åt v. till ridsits på korset, ned-språng frt.

5. vb. och hb. insvingning, *benträdning bkt.* och hukspång öfver frt.

6. vb. kretsning under h. och v. handen, *ben-trädning frt.* och bkt., hb. kretsning under h. och v. handen, nedsprång bkt. och frånvändt språng öfver åt v.

7. Sidsprång åt v. till frånvändt strstd., *huk-språng bkt.* till stående och sidsprång öfver åt h.

XIII.

1. vb. insvingning, *genomträdning af hvardera benen* på en gång (vb. bkt. och hb. frt. = gaffel), vb. insvingning till nedsprång med vändning åt h.

2. vb. frt. trädning, *gaffel,* skrufoppsits åt h. frt. till ridsits i sadeln, nedsprång bkt.

3. vb. frt. trädning, *gaffel,* skrufoppsits åt v. bkt. till ridsits på halsen, nedsprång frt.

4. vb. insvingning under h. handen, *gaffel,* vb. svingning v. frt. till fritt stöd på v. bommen, vb. krets-ning åt h. under h. handen med helvändning åt v. till nedsprång bkt.

5. vb. insvingning under h. handen, *gaffel 2 ggr. efter hvarandra,* vb. utsvingning under h. han-den och huksprång öfver frt.

6. vb. kretsning under h. och v. handen och trädning frt., *2 ggr. gaffel,* hb. svingning frt. och bkt. med frånvänd svingning åt h. till ridsits på korset, ned-språng frt.

XIV.

1. Från motvändt strstd. sidsprång öfver åt v.

2. vb. frt. trädning och vb. utsvingning och genast (utan nedsprång) sidsprång öfver åt h.

3. vb. insvingning, vb. bkt. trädning och genast sidsprång öfver åt v.

4. vb. in- och utsvingning till sidsprång öfver åt h.

5. vb. kretsning under v. och h. handen till sidsprång öfver åt v.

6. vb. kretsning under h. och v. handen till sidsprång öfver åt h.

7. vb. insvingning och h. dets.; benträdning bkt. och sidsprång öfver åt v.

8. Benträdning frt., vb. och hb. utsvingning till sidsprång öfver åt v.

XV.

Öfningarna börja med *sidsprång åt v. till frånvändt strstd.* på bommarna. Följer så:

1. hb. ut- och insvingning till nedsprång frt. med vändning åt v.

2. hb. ut- och insvingning och skrufoppsits v. frt. till ridsits på halsen, nedsprång bkt.

3. hb. ut- och insvingning och skrufning åt v. frt. till motvändt strstd. på halsen, hb. kretsning under h. och v. handen till stående.

4. hb. utsvingning och svingning frt. och bkt. under v. handen med helvändning åt h. till motvändt strstd. på korset, sidsprång öfver åt h.

5. hb. utsvingning och trädning frt. till nedsprång frt.

6. hb. trädning bkt. och insvingning till nedsprång frt. med vändning åt v.

XVI.

Öfningarna börja liksom i XV.

1. Skrufoppsits åt v. frt. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt v.

2. Skrufning åt v. till motvändt strstd. på halsen, vb. kretsning under v. och h. handen till stående.

3. Frånvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, nedsprång frt.

4. Frånvändt utsprång åt h. öfver h. bommen.

5. vb. och hb. utsvingning till sidsprång öfver åt v. från strstd.

6. Omedelbart på hvarandra följande: hb. utsvingning och vb. utsvingning till sidsprång åt h. till frånvändt strstd., vb. och hb. utsvingning till sidsprång öfver åt v.

7. Benträdning bkt. och sidsprång öfver åt v.

8. hb. utsvingning, gaffel, vb. insvingning och nedsprång med vändning åt h.

9. hb. utsvingning, skrufoppsits åt h. bkt. till ridsits på korset, motvändt utsprång åt v.

10. hb. utsvingning, vb. kretsning bkt. under v. och h. handen, hb. svingning åt h. frt. till fritt stöd på h. bommen, hb. kretsning bkt. och under v. handen till nedsprång med helvändning åt h.

XVII.

Språng öfver med anlopp och stöd på bommarna:
1. Sidsprång.
2. Motvändt språng.
3. Frånvändt språng.
4. Huksprång.
5. Vargsprång.
6. Grensprång.

XVIII.

Språng öfver med el. utan anlopp.
1. *Huksprång* med vändning åt v.
2. *Huksprång* åt h. med h. sidan förut (grepp med h. handen på v. bommen).
3. *Huksprång* med stöd af endast ena handen.
4. *Huksprång* med helvändning åt v.
5. = 4 och genast huksprång frt.
6. = 4 och sidsprång öfver åt v.
7. = Vargsprång med vb. sträckning och vändning åt v.
8. = 7 med vändning åt h.

XIX.

1. *Fritt språng* med anlopp till stående i sadeln, nedsprång frt.
2. *Fritt språng* med vändning åt v. till ridsits i sadeln motvändt utsprång åt h.
3. *Fritt språng* till frånvändt strstd., nedsprång frt.

4. *Fritt språng* med handstötning på bommarna = *tjufsprång*.

5. Fritt språng öfver hästen.

XX.

Språng med anlopp öfver el. på långställd häst, utan bommar.

1. *Grensprång* till ridsits på halsen, nedsprång frt.

2. *Grensprång* till ridsits i sadeln, saxning frt. med helvändning åt v. till ridsits, motvändt utsprång åt v.

3. *Grensprång* öfver hästen.

4. *Grensprång* med benträdning frt. till sträckstående i sadeln, grensprång öfver med stöd på halsen.

5. *Grensprång öfver* med benen till huk = kattsprång.

XXI.

Språng med anlopp på el. öfver långställd häst s. k. *fäktsprång* d. v. s. [sats tages med v. foten på v. sidan om korset och h. handens stöd på korset.]

1. *Fäktsprång* åt h. till ridsits på korset eller längre fram, frånvändt utsprång åt h.

2. *Fäktsprång* åt h. öfver hästen.

3. = 2, nedsprånget långt frt.

4. *Fäktsprång till utansits* frf. h. handen, saxning åt h. frt. till ridsits, nedsprång frt.

5. Fäktsprång till utansits frf. h. handen, frånvändt utsprång åt v. med vändning åt h., motvändt

uppsprång åt v. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt v. med vändning åt v.

6. = 5 till frånvändt utsprång åt v. med vändning åt h.; sidsprång öfver åt h.

7. = 5, sidsprång åt h. med helvändning åt v. till stående, hukspräng till stående i sadeln, nedsprång frt. med armkastning uppåt (bågsprång).

XXII.

1. Sidsprång öfver åt v. som fäktsprång.
2. Motvändt språng öfver åt v. som fäktsprång.
3. Frånvändt språng öfver åt h. som fäktsprång.
4. = 1, men med helvändning åt v., strstd. med hb. svingning frt. och bkt. till sidsprång öfver åt v.
5. = 4 med helvändning åt v., hukspräng till stående, nedsprång bkt. med stöd på sadeln.
6. = 4 och hukspräng öfver.
7. = 4 och hukspräng öfver samt handklappning i luften.

Tredje graden.

I.

Öfningarna börja med *hb. fram- och baksving* till: [kroppstyngden hvilar på h. armen, h. benet svingas öfver korset frt. och tillbaka samma väg].

1. Nedsprång frf. sadeln och sidsprång öfver åt v.

2. Nedsprång och genast vb. fram- och baksving, nedsprång och motvändt språng öfver åt h.

3. Motvänd svingning åt v. till ridsits i sadeln, vändning åt v. med skrufutsprång och vändning åt v.

4. Motvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, saxning åt v. bkt., nedsprång frt.

5. vb. fram- och baksving, nedsprång och motvändt språng öfver åt h.

II.

Öfningarna i denna grupp börja också med *hb. svingning frt. och bkt.* till:

1. *vb. insvingning,* skrufoppsits åt v. frt. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt v.

2. *vb. insvingning* och hb. insvingning med helvändning åt v. till motvändt strstd. på halsen, hb. kretsning under h. och v. handen till nedsprång bkt.

3. *vb. insvingning,* hb. svingning åt h. frt. till fritt stöd på h. bommen, hb., kretsning bkt. och under v. handen med helvändning åt h. till motvändt strstd. på korset, vb. kretsning under v. och h. handen till nedsprång bkt.

4. *vb. in- och utsvingning* till sidsprång öfver åt h.

5. *vb. kretsning* under v. och h. handen till sidsprång öfver åt v.

6. *vb. kretsning* under v. och h. handen, vb. insvingning och hb. insvingning till nedsprång med vändning åt v.

7. *vb. kretsning* under v. och h. handen till *vb. fram- och baksving* öfver halsen och hb. kretsning under h. och v. handen till motvänd svingning åt höger med riduppsits på korset, motvändt utsprång åt h.

III.

Öfningarna börja med *hb. svingning frt. och bkt.* öfver korset till:

1. Frånvänd svingning åt v. till ridsits i sadeln, frånvändt utsprång åt h. med stöd på båda bommarna.

2. *Frånvänd svingning* åt v. till ridsits på halsen; med stöd på *ändan af halsen saxning åt h. bkt. till stående* = saxnedsprång.

3. *hb. insvingning* under v. handen, helvändning och skrufoppsits åt v. frt. till ridsits på korset saxning bkt., *saxnedsprång.*

4. *hb. insvingning* under v. handen, vb. insvingning och hb. utsvingning, vb. utsvingning till sidsprång öfver åt h.

5. *hb. insvingning* under v. handen, fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. handen med helvändning åt v. till stående.

6. *hb. kretsning* under v. och h. handen till stående med huksprång öfver frt.

7. *hb. kretsning* under v. och h. handen till direkt sidsprång öfver åt v.

8. *hb. kretsning* under v. och h. handen till *vb. fram- och baksving* öfver halsen med vb. kretsning under h. och v. handen direkt till sidsprång öfver åt h.

IV.

Öfningarna börja äfven med *hb. fram- och baksving* öfver korset till:

1. Sidsprång åt v. frt.
2. Motvändt utsprång åt v.
3. Frånvändt utsprång åt v.
4. Vargsprång med vb. sträckning.
5. Vargsprång till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. handen till stående.
6. Huksprång frt. till frånvändt strstd., nedsprång frt.

V.

Öfningarna börja med *hb. fram- och baksving* åt h. och sidsvingning åt v. till frånvändt strstd. Följer så:

1. Benträdning bkt., vb. fram- och baksving åt v. till hukspång öfver frt.

2. Benträdning bkt., hb. fram- och baksving åt h. till sidsprång öfver åt v.

3. hb. och *vb.* utsvingning till sidsprång öfver åt h.

4. hb. utsvingning, vb. utsvingning under h. handen, vb. fram- och baksving åt v. till frånvändt utsprång åt h.

5. Skrufoppsits åt v. frt. till ridsits på halsen, nedsprång bkt.

6. Frånvänd svingning åt h. till ridsits på korset, nedsprång frt.

7. Frånvänd svingning åt h. till ridsits i sadeln, motvändt utsprång åt v.

8. Frånvändt utsprång åt h. öfver h. bommen.

VI.

Med stöd på bommarna v. bensvingning bkt. på korset med vändning åt v. = skrufning åt h. bkt. = *vb. skrufsvingning bkt.* till:

1. Motvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, nedsprång bkt.

2. vb. fram- och baksving åt v. och frånvändt utsprång åt h.

3. vb. in- och utsvingning och sidsprång öfv åt h.

4. vb. in- och utsvingning och skrufoppsits h. bkt. till ridsits på korset, nedsprång frt.

5. vb. kretsning under v. och h. handen, v fram- och baksving till motvändt utsprång åt h.

6. vb. kretsning under v. och h. handen, v insvingning och hb. svingning frt. till fritt stöd på bommen, hb. kretsning öfver sadeln bkt. till ne språng frt.

VII.

Början = VI. till:

1. Sidsprång öfver åt v.

2. Motvändt utsprång åt v.

3. Frånvändt utsprång åt v.

4. Sidsvingning åt v. till frånvändt strstd., skru oppsits åt v. frt. till ridsits på halsen, nedsprång bk

5. Skrufoppsits åt v. bkt. till ridsits på halse nedsprång frt.

6. Skrufoppsits åt v. bkt. till ridsits i sadel frånvändt utsprång åt h.

7. *hb. skrufsvingning bkt.* och sidsprång åt öfver hästen.

Öfningarna kunna äfven börjas med vb. fram och baksving till — vb. skrufsvingning bkt.

VIII.

1. hb. kretsning åt h. till motvändt strstd., vb och hb. insvingning, vb. och hb. utsvingning, ne språng med huksprång öfver.

2. = 1, men vb. kretsning åt h.

3. hb. kretsning åt h. till motvändt strstd., vb. fram- och baksving till sidsprång öfver åt h.

4. hb. kretsning åt h., vb. och hb. insvingning till frånvändt strstd., tillbaka och vb. fram- och baksving till frånvändt utsprång åt h.

5. hb. kretsning åt h., vb. fram- och baksvingning och sidsvingning åt h. till frånvändt strstd., hb. och vb. utsvingning till sidsprång öfver åt h.

6. = 5, men frånvändt utsprång åt h.

IX.

1. hb. kretsning åt v. till motvändt strstd., hb. fram- och baksving och frånvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt h.

2. hb. kretsning åt v. till strstd., hb. fram- och baksving och skrufning åt v. bkt. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt h.

3. hb. kretsning åt v. till strstd., hb. kretsning åt h. till strstd., hb. fram- och baksving och frånvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, saxning frt. åt v. till ridsits, motvändt utsprång åt v.

4. = 2, men skrufningen föregås af *hb. kretsning* åt h. I ridsitsen med händernas stöd på halsen saxning bkt. åt v. till ridsits, motvändt utsprång åt v.

X.

Med stöd af v. handen på h. bommen och h. handen på korset uppsprång med:

1. hb. kretsning åt h. till strstd., vb. insvingning och hb. insvingning till nedsprång frt.

2. hb. kretsning åt h. till strstd., vb. insvingning, hb. insvingning med skrufoppsits åt v. till tvärridsits i sadeln, vb. insvingning till nedsprång frt.

3. = 2 till tvärridsits i sadeln, vb. insvingning till frånvändt strstd., *sidsvingning åt h. bkt.* till nedsprång bkt.

4. = 3 till frånvändt strstd., sidsving åt h. bkt till motvändt strstd. och sidsprång öfver åt v.

5. vb. kretsning åt h. till strstd., vb. insvingning och hb. insvingning till nedsprång frt. med helvändning åt v.

6. vb. kretsning åt h. till strstd., vb. insvingning, helvändning åt h. och skrufoppsits åt h. frt. till tvärridsits i sadeln, skrufutsvingning åt v. till stående med vändning åt v.

7. vb. kretsning åt h. till strstd., vb. och hb. insvingning till frånvändt strstd., vb. och hb. utsvingning till stående med sidsprång öfver åt v.

8. vb. kretsning åt h. till strstd., hb. kretsning åt h. till strstd., vb. fram- och baksvingning till sidsprång öfver åt v.

XI.

1. Sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., *sidsprång åt v. bkt.* till stående.

2. hb. fram- och baksving öfver korset, sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd. och *sidsprång åt h. bkt.*

3. vb. svingning bkt. öfver korset (skruf) och tillbaka, sidsvingning åt v. frt. och *åt h. bkt.* till stående.

4. Benträdning frt. till frånvändt strstd., *sidsprång åt v. bkt.*

5. = 4, men med benlyftning frt. i frånvändt strstd.

6. Med h. handens grepp på v. bommen uppsprång med helvändning åt v. till frånvändt strstd., *sidsprång åt v. bkt.*

7. = 6 till frånvändt strstd., benträdning bkt. och frt. och *sidsprång åt v. bkt.*

8. vb. fram- och baksving öfver halsen, med sidsvingning åt h. till frånvändt strstd., benträdning bkt. och frt. och *sidsprång åt v. bkt.*

XII.

1. vb. frt. trädning, hb. insvingning och genast *sidsprång åt v. bkt.*

2. vb. och hb. insvingning och genast *sidsprång åt v. bkt.*

3. hb. fram- och baksving öfver korset och öfningen 2.

4. vb. svingning bkt. öfver korset (skruf) och tillbaka och öfningen 2.

5. hb. fram- och baksving öfver korset, vb. kretsning under v. och h. handen och öfningen 2.

6. hb. fram- och baksving öfver korset, hb. kretsning under v. och h. handen och öfningen 2.

7. hb. fram- och baksving öfver korset och si svingning åt v. till frånvändt strstd., hb. ut- och ii svingning och *sidsprång åt v. bkt.*

8. Kretssidsvingning under v. och h. hande till stående.

XIII.

1. Från stående vid sadeln med h. hander grepp på v. bommen uppsprång med helvändning v. till frånvändt strstd., *sidsvingning åt v. bkt.* me vb. insvingning till ridsits i sadeln, motvändt utsprån åt h.

2. = 1 *till sidsvingning åt v. bkt.* till ståend hb. fram- och baksving öfver halsen och sidsprån öfver åt v.

3. Benträdning frt., *sidsvingning åt v. bk* hb. in- och utsvingning till sidsprång åt v.

4. = 1 till frånvändt strstd., *sidsvingning* v. *bkt.* till motvändt strstd., vb. insvingning och skru ning åt v. frt. till ridsits på korset, nedsprång bk

5. Sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strst genast *sidsvingning åt v. bkt.* till motvändt strst hb. insvingning och vb. svingning frt. till fritt st på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. ha den med helvändning åt v. till motvändt strstd. halsen, sidsprång åt v. öfver hästen.

6. hb. fram- och baksving öfver korset och si svingning åt v. frt. till frånvändt strstd., *sidsvingni åt v. bkt.* och vb. kretsning under h. och v. hande till sidsprång öfver åt h.

XIV.

1. vb. och *hb.* insvingning med *sidsvingning åt v. bkt.* till motvändt strstd., hb. och *vb.* insvingning till *sidsvingning åt h. bkt.* till stående.

2. = 1, men upprepade in- och sidsvingningar.

3. vb. och *hb.* insvingning med *sidsvingning åt v. bkt.* till motvändt strstd., hb. in- och utsvingning till sidsprång öfver åt v.

4. Vargsprång med h. benet sträckt till frånvändt strstd. och genast *sidsvingning åt v. bkt.* till motvändt strstd., hb. fram- och baksving öfver korset till sidsprång öfver åt v.

5. = 4 till hb. fram- och baksving öfver korset till hb. kretsning under v. och h. handen till sidsprång öfver åt v.

XV.

1. hb. insvingning under v. handen och genast bensvingning åt h. och tillbaka med *saxning åt v.* sidan och vändning åt h. till ridsits på halsen (ansiktet blir mot sadeln), nedsprång bkt.

2. hb. insvingning under v. handen och *saxning åt v.* sidan till ridsits på halsen. Med stöd på bommarna, v. handen på den närmare, vb. kretsning bkt. och under v. handen till ridsits i sadeln, motvändt utsprång åt v.

3. = 2, men till frånvändt utsprång åt v. öfver sadeln.

bortre bommen.

5. hb. insvingning under v. handen, *saxning åt v. sidan* till tvärridsits i sadeln, hb. kretsning under h. handen bkt. till sidsprång öfver åt v.

6. hb. insvingning under v. handen *och direkt saxning åt v. sidan* med vändning åt h. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt v.

7. = 6 till ridsits i sadeln, skrufning åt v. till nedsprång frt. med helvändning åt v.

XVI.

Öfningarna börja med h. handens grepp på v. bommen och uppsprång till frånvändt strstd. på bommarna med vb. utsvingning bkt.; följer så:

1. vb. insvingning med nedsprång frt. och vändning åt h. till stående.

2. Skrufoppsits åt h. frt. till ridsits på halsen, vb. kretsning under v. handen till frånvändt utsprång åt v.

3. vb. insvingning och helvändning åt h. till motvändt strstd. på halsen, vb. kretsning under v. och h. handen till stående.

4. Skrufning åt h. frt. till nedsprång med vändning åt v., skrufning åt v. bkt. till ridsits i sadeln, motvändt utsprång åt v.

5. Skrufning åt h. frt. med helvändning till stående frf. sadeln, frånvändt uppsprång åt h. till ridsits på korset, motvändt nedsprång.

6. = 5 och frånvändt språng öfver åt h.

XVII.

Öfningarna börjas som i XVI till:

1. vb. svingning frt. till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. handen med helvändning åt v. till stående.

2. = 1 till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. handen till frånvänd svingning åt v. till ridsits på korset, nedsprång frt.

3. = 1 till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. handen till nedsprång frt.

4. vb. kretsning under h. handen till nedsprång frt.

5. vb. utsvingning till sidsprång bkt. öfver åt h.

6. vb. utsvingning till sidsvingning åt h. bkt. till motvändt strstd., vb. fram- och baksving öfver korset och sidsprång öfver åt h. frt.

XVIII.

Öfningarna börjas som i XVI till:

1. hb. utsvingning och huksprång frt.

2. hb. utsvingning och sidsprång öfver åt v. frt.

3. hb. utsvingning och sidsvingning frt. åt v. till frånvändt strstd. och genast skrufning åt v. frt. till ridsits på korset, nedsprång bkt.

4. Skrufoppsits åt v. bkt. till ridsits på korset, med stöd frf. motvändt utsprång åt v.

5. hb. utsvingning och motvänd svingning åt v. till ridsits på korset, motvändt utsprång åt h.

6. hb. kretsning under h. och v. handen och vb. insvingning till nedsprång med vändning åt h.

7. hb. kretsning under h. och v. handen, vb. svingning frt. till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. handen till nedsprång frt.

8. hb. utsvingning under v. handen till hb. fram- och baksving öfver halsen till sidsprång frt. öfver åt v.

9. hb. kretsning under v. och h. handen, vb. insvingning till sidsprång bkt. öfver åt h.

XIX.

Huksprång med olika stöd såväl med som utan anlopp:

1. Med stöd på bommarna till frånvändt strstd. med benlyftning frt.

2. Med flyktigt stöd på bommarna.

3. Med stöd på den ena bommen och hästryggen.

4. Med stöd af hvardera händerna i sadeln.

5. Med stöd af händerna på yttre sidan om bommarna.

6. Med stöd af händerna på den ena bommen.

7. Med stöd af en hand på ena bommen.

8. Samma öfningar, men med tillbakadraget satsbräde.

XX.

Huksprång med vändningar från stöd på bommarna med eller utan anlopp:

1. Med vändning åt v.

2. Med helvändning åt v.

3. = 2 och genast motvändt språng öfver frt. åt v. med helvändning åt h.

4. Med vändning åt v. och genast huksprång med stöd på v. bommen åt v. sidan öfver sadeln.

5. Huksprång bkt. från frånvändt strstd.

6. Huksprång med helvändning åt v. till stående frf. halsen.

7. Huksprång med helvändning åt v. till motvändt strstd. på halsen.

8. = 6 och genast huksprång frt. med helvändning åt v. till stående frf. sadeln.

XXI.

1. Vargsprång med olika grepp.

2. Grensprång med olika grepp.

3. Grensprång med v. handens stöd på halsen och h. handens stöd på v. bommen.

4. Sidsprång öfver med v. handens stöd på h. bommen och h. handens stöd på korset.

5. Motvändt språng öfver åt v. med samma grepp som i 4.

6. Frånvändt språng öfver åt v. med samma grepp som i 4.

7. Sidsprång åt v. öfver något på hästhalsen stående föremål.

8. Motvändt språng åt v, som i 7.

9. Frånvändt språng åt v. som i 7.

10. Motvändt språng åt v. med helvändning åt v.

11. Frånvändt språng åt v. med vändning åt v.

12. Frånvändt språng åt v. med helvändning åt v.

XXII.

Språng med anlopp öfver långställd häst utan bommar.

1. Grensprång öfver med stödhoppning från korset till halsen.

2. Grensprång öfver med stöd i sadeln.

3. Grensprång öfver med stöd på halsen.

4. Grensprång bkt. med helvändning åt v. till ridsits på korset, rullning bkt. till stående.

5. Grensprång bkt. öfver med helvändning åt v.

6. Grensprång öfver med bengenomträdning.

7. Rullning frt. öfver till stående.

8. Grensprång till stående på korset, med stöd på sadeln rullning frt. till stående.

XXIII.

1. Grensprång frt. till utansits frf. v. handen, nedsprång åt v.

2. Grensprång frt. med vändning åt v. till frånvändt strstd., nedsprång frt.

3. Grensprång frt. med hb. svingning åt v. sidan till stående på v. sidan om hästen.

4. = 3, med vändning åt v. till stående.

5. = 3, med helvändning åt v. till stående.

6. = 3, med vändning åt h. till stående.

7. = 3 med helvändning åt h. till stående.

8. = 3, med vändning åt h. till motvändt strstd. på halsen, nedsprång och huksprång öfver.

9. Frånvänd svingning åt h. till ridsits på halsen, frånvändt utsprång åt h.

10. Frånvändt språng åt h. som längdsprång.

11. Motvändt uppsprång åt v. med helvändning åt h. till ridsits, saxning åt h. bkt. till stående.

12. Sidsprång öfver åt v. vid långställd häst.

13. Motvändt språng öfver åt v. öfver långställd häst.

Fjärde graden.

I.

1. hb. insvingning till fritt stöd på bommarna, sidsvingning åt h. och åt v. med *saxning till fritt stöd* i sadeln [vid svingningen åt v. svingas h. benet bkt. under v. benet och v. benet frt. öfver h. benet], hb. insvingning till nedsprång med vändning åt v.

2. hb. fram- och baksving öfver korset till hb. insvingning under v. handen och efter en mellansving = sidsving åt h. och v., *saxning åt v. sidan* till fritt stöd på bommarna, hb. insvingning med helvändning åt v. till motvändt strstd. på halsen och genast hb. kretsning under h. och v. handen till stående.

3. hb. insvingning, vb. svingning till fritt stöd på v. bommen, vb. tillbaka, mellansving och *saxning åt v. sidan,* hb. fram- och baksving till hb. kretsning under v. handen till stående bkm. sadeln.

4. hb. fram- och baksving öfver korset och hb. insvingning under v. handen, *saxning åt v. sidan,* hb. fram- och baksving och *saxning åt h. sidan,* vb. fram- och baksving med vb. kretsning under h. handen med vändning åt v. nedsprång frt.

5. Sidsvingning åt h. till frånvändt strstd., vb. utsvingning och direkt *saxning åt h. sidan,* vb. utsvingning, benträdning frt. och sidsprång öfver åt v. bkt.

6. vb. fram- och baksving öfver halsen och sidsvingning åt h. frt. till frånvändt strstd., vb. utsvingning, mellansving och *saxning åt v. sidan,* hb. insvingning till sidsvingning åt v. bkt. till motvändt strstd., hb. fram- och baksving öfver korset till sidsprång frt. öfver åt v.

II.

1. hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* hb. insvingning till nedsprång frt.

2. hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* vb. utsvingning till sidsprång öfver frt. åt h.

3. hb. insvingning och genast *saxning åt v. sidan,* skrufning åt v. frt. till nedsprång med vändning åt v.

4. vb. fram- och baksving öfver halsen, hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* vb. utsvingning och sidsvingning åt h. frt. med skrufoppsits v. frt. till ridsits på halsen, vb. kretsning bkt. till frånvändt utsprång åt h.

5. hb. svingning bkt. på halsen och tillbaka till hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* vb. utsvingning och skrufoppsits åt h. bkt. till ridsits på korset, saxning åt v. bkt. öfver korset till stående.

6. Början = 5 till vb. utsvingning, vb. svingning bkt. på korset och tillbaka till sidsprång öfver åt v. frt.

7. hb. kretsning under h. och v. handen och hb. insvingning till *saxning åt v. sidan,* vb. kretsning under v. och h. handen, hb. fram- och baksving och kretsning öfver sadeln till stående.

8. vb. fram- och baksving öfver korset och hb. kretsning under h. och v. benet, hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* vb. kretsning under v. och h. handen, mellansving och *saxning åt h. sidan,* vb. fram- och baksving öfver halsen och vb. kretsning åt h. till frånvändt utsprång åt h.

III.

1. vb. fram- och baksving öfver halsen, hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* vb. utsvingning under h. handen och motvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, motvändt utsprång åt v.

2. vb. fram- och baksving öfver halsen och vb. kretsning under h. och v. handen, hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* vb. utsvingning under h. handen, vb. fram- och baksving öfver halsen till frånvändt utsprång åt h.

3. Med stöd af h. handen på v. bommen uppsprång till frånvändt strstd., sidsvingning åt v. bkt. till motvändt strstd., hb. insvingning och direkt *saxning åt v. sidan,* vb. kretsning under h. och v. handen, hb. insvingning till nedsprång frt. med vändning åt v.

4. Bengenomträdning och genast sidsvingning åt v. bkt. med hb. insvingning, direkt *saxning åt v. sidan* och vb. kretsning under h. och v. handen, skrufoppsits v. frt. till ridsits på halsen, nedsprång bkt.

5. vb. insvingning, hb. insvingning till sidsvingning åt v. bkt. med hb. insvingning, *saxning åt v. sidan* och vb. kretsning under h. och v. handen, hb. fram- och baksving öfver korset och hb. kretsning bkt. och under v. handen till nedsprång frt.

6. vb. fram- och baksving öfver halsen och vb. insvingning under h. handen, hb. insvingning till sidsvingning v. bkt. med hb. insvingning och *saxning åt v. sidan,* genast vb. kretsning under h. och v. handen samt direkt *saxning åt h. sidan,* vb. svingning frt. till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. öfver sadeln till nedsprång frt.

IV.

1. hb. insvingning direkt till *saxning åt v. sidan,* genast *saxning åt h. sidan,* den senare saxningen med vändning åt v. till ridsits på korset, motvändt utsprång åt h.

2. vb. fram- och baksving öfver halsen, hb. insvingning och direkt *saxning åt v. och h. sidan* med vändning åt v. till ridsits på korset, med h. handens grepp på den närmare och v. handens på den bortre bommen hb. kretsning bkt. och under v. handen till frånvändt utsprång åt h.

3. hb. svingning bkt. på halsen och tillbaka med hb. insvingning och direkt *saxning åt v. och h.*

sidan till fritt stöd i sadeln, vb. fram- och baksving och kretsning under h. handen till frånvändt utsprång öfver h. sidan.

4. vb. svingning bkt. öfver korset och tillbaka till hb. svingning bkt. öfver halsen och tillbaka med hb. insvingning och direkt *saxning åt v. och h. sidan,* vb. insvingning till sidsprång öfver åt h. bkt.

5. hb. insvingning och genast *saxning åt v., h. och v. sidan,* hb. insvingning till nedsprång med vändning åt v.

6. vb. kretsning under v. och h. handen och vb. fram- och baksving öfver halsen till hb. insvingning och genast *saxning åt v., h. och v.,* hb. insvingning till sidsprång öfver åt v. bkt. till stående.

V.

1. vb. insvingning, mellansving först åt h. och sen åt v. till *saxning åt v. sidan* med vändning åt v. till ridsits på halsen (ryggen mot sadeln), med stöd på ändan af halsen saxning åt v. bkt. med grensprång bkt. till stående.

2. = 1, men *saxning åt v. sidan* in i sadeln och genast hb. utsvingning till stående.

3. hb. insvingning under v. handen och direkt *saxning åt h. sidan* med vändning åt h. till ridsits på korset, grensprång öfver frt.

4. hb. insvingning under v. handen direkt till *saxning åt h. sidan* in i sadeln, hb. insvingning till nedsprång frt.

5. hb. fram- och baksving öfver korset, hb. insvingning under v. handen till *saxning åt h. sidan* in i sadeln, vb. utsvingning till sidsprång åt h. frt.

6. Sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., hb. utsvingning till *saxning åt v. sidan* in i sadeln, hb. svingning bkt. på halsen och tillbaka till sidsprång åt h. frt.

7. hb. fram- och baksving öfver korset med sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., hb. utsvingning till *saxning först åt v. och sen åt h. sidan,* vb. utsvingning till sidsprång åt h. frt.

VI.

1. Sidsvingning frt. åt h. till frånvändt strstd., genast sidsvingning bkt. åt v. till motvändt strstd., [s. k. *kretssvingning från h. till v.*], huksprång frt.

2. *Kretssvingning från h. till v.* till motvändt sträckstöd och genast sidsprång frt. åt h.

3. *Kretssvingning från h. till v.* och med hb. fram- och baksvingning öfver korset sidsprång åt v. frt.

4. *Kretssvingning från h. till v.* och hb. kretsning under h. och v. handen, hb. fram- och baksving öfver korset till sidsprång åt v. frt.

5. *Kretssvingning från h. till v.* och hb. insvingning, genast saxning åt v. sidan och hb. insvingning till nedsprång frt. med vändning åt v.

6. *Kretssvingning från h. till v.* och genast vb. kretsniug under h. och v. handen till sidsprång åt h. frt.

7. *Kretssvingning från h. till v.* och vb. kretsning under h. och v. handen med sidsvingning åt h. frt. till frånvändt strstd., vb. utsvingning, hb. utsvingning till sidsprång åt v. frt.

VII.

1. hb. fram- och baksving öfver korset med *kretssvingning* åt h. *till stående = kretssidsprång.*

2. hb. fram- och baksving öfver korset till *kretssvingning* från v. till h. och genast vb. fram- och baksving till *kretssidsprång* från h. till v.

3. vb. kretsning under h. och v. handen och genast *kretssidsprång* från h. till v.

4. vb. fram- och baksving öfver halsen, *kretsning* först vb. och sen hvaddera benen under v. och h. handen, hb. fram- och baksving öfver korset till sidsprång åt v. frt.

5. vb. kretsning under v. och h. handen, vb. fram- och baksving öfver halsen, *kretssvingning* från h. till v. och hb. kretsning under h. och v. handen, hb. fram- och baksving öfver korset till sidsprång åt v. frt.

6. Sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., vb. utsvingning, hb. utsvingning till *kretssidsprång* från v. till h.

7. = 6, men i st. f. kretssidsprång — *krets-svingning,* hb. insvingning och vb. insvingning till sidsprång åt h. bkt.

8. hb. fram- och baksving öfver korset, sid-svingning åt v. frt. med hb. utsvingning, vb. utsving-ning och *kretssvingning* från h. till v., hb. in- och utsvingning till sidsprång åt v. frt.

VIII.

1. Med h. handens grepp på v. bommen upp-språng till frånvändt strstd. på bommarna, kretssid-språng bkt. från v. till h. till stående.

2. Uppsprång = 1 och *kretssvingning* från v. åt h. till frånvändt strstd., vb. utsvingning och vb. svingning till fritt stöd på v. bommen, vb. kretsning bkt. och under h. handen till nedsprång frt.

3. Bengenomträdning och genast *kretssidsprång* från v. åt h. till stående.

4. vb. och hb. insvingning till *kretssidsprång* från v. åt h.

5. vb. fram- och baksving öfver halsen, vb. in-svingning under h. handen och hb. insvingning till *kretssvingning* från v. åt h. med vb. utsvingning och hb. utsvingning till sidsprång öfver åt v. frt.

6. hb. insvingning och genast saxning åt v. si-dan med hb. insvingning till *kretssvingning* från v. åt h. till frånvändt strstd., vb. kretsning bkt. under v. och h. handen till stående.

7. vb. fram- och baksving öfver halsen, hb. in-svingning till saxning direkt åt v. sidan, hb. insving-

ning till *kretssvingning* från v. åt h. till frånvändt strstd., vb. kretsning bkt. under v. och h. handen till nedsprång frt. med helvändning åt v.

IX.

1. Från stående frf. sadeln *en och en half gång kretssidsprång* från v. åt h. till stående på andra sidan.

2. hb. fram- och baksving öfver korset, *kretssvingning* från v. åt h., *två ggr.* efter hvarandra, vb. fram- och baksving öfver halsen till sidsprång öfver åt h. frt.

3. hb. fram- och baksving öfver korset, *kretsning under* v. och h. handen *tre ggr.* efter hvarandra: första gången med hb., andra gången med hvardera benen slutna och tredje gången med vb.; vb. insvingning och skrufning åt v. frt. till nedsprång med vändning åt v.

4. hb. fram- och baksving öfver korset, *kretsning under* v. och h. handen *tre ggr.* efter hvarandra: första och andra gången med hvardera benen och tredje gången med vb., vb. fram- och baksving öfver halsen till sidsprång öfver åt h. frt.

5. = 4, men *fem ggr. kretsning;* de två första ggrna. med hb., de två följande med båda benen samtidigt och den femte ggn. med vb. till stående frf. sadeln.

6. hb. fram- och baksving öfver korset, *kretssvingning* från v. åt h. med vb. insvingning till direkt saxning åt h. och v. sidan, hb. insvingning till sidsprång öfver åt v. bkt.

7. hb. insvingning och direkt saxning åt v. och h. sidan, vb. insvingning och *kretssvingning* bkt. från h. åt v. med hb. utsvingning, saxning åt v. sidan med hb. utsvingning till stående

X.

1. Sidsvingning åt h. frt. till frånvändt strstd., frånvänd svingning åt v. till ridsits på halsen, frånvändt utsprång åt v. [direkt till ridsitsen = *frånvändkretssvingning*].

2. *Frånvändkretssvingning* åt v. till ridsits på halsen, frånvändt utsprång åt v.

3. *Frånvändkretssvingning* åt v. med vändning åt v. till frånvändt strstd. på halsen, nedsprång frt.

4. *Frånvändtkretsutsprång* åt v. till stående.

5. = 3 och frånvändt utsprång åt h.

XI.

Från stående frf. korset med v. handens stöd på h. bommen och h. handens stöd på korset.

1. *Frånvändkretssvingning* åt v. med vändning åt v. till tvärridsits i sadeln med vb. utsvingning till motvändt strstd., nedsprång bkt.

2. *Frånvändkretssvingning* åt v. till frånvändt strstd. på bommarna och sidsprång bkt. åt v. till stående.

3. *Frånvändkretssvingning* åt v. till frånvändt strstd. med kretssvingning bkt. från v. åt h. till

frånvändt strstd., vb. kretsning bkt. under v. och h. handen till stående.

4. = 3 efter kretssvingningen till strstd., vb. utsvingning under h. handen och saxning åt v. sidan, skrufning åt v. frt. till stående med vändning åt v.

5. *Frånvändkretssvingning* åt v. till frånvändt strstd., vb. kretsning bkt. under v. och h. handen till stående.

6. = 5 efter vb. kretsning bkt. under v. och h. handen till frånvändt strstd., vb. och hb. utsvingning till sidsprång öfver åt v. frt.

XII.

Öfningarna börja likasom i XI.

1. *Frånvändkretssvingniug* åt v. till frånvändt strstd., hb. kretsning under v. och h. handen till stående.

2. *Frånvändkretssvingning* åt v. till frånvändt strstd., hb. utsvingning under v. handen och saxning åt h., skrufning åt v. bkt. till stående.

3. = 2, men efter saxningen åt h. vb. insvingning till frånvändt strstd., benkretsning med hvardera benen under v. och h. handen till strstd., nedsprång frt.

4. *Frånvändkretssvingning* åt v. till frånvändt strstd., benkretsning under h. och v. handen till stående.

5. *Frånvändkretssvingning* åt v. till strstd., benkretsning under v. och h. handen till frånvändt strstd., vb. och hb. utsvingning till sidsprång öfver åt v. frt.

6. *Frånvändkretssvingning* åt v. till strstd., bengenomträdning till motvändt strstd., sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., vb. utsvingning under h. handen, hb. kretsning under h. och under v. handen till nedsprång frt. [samtidigt som kretsningen frt. vb. insvingning].

XIII.

Öfningarna börja från stående frf. korset med hvardera händernas grepp på v. bommen [v. handen under och h. handen på grepp].

1. Motvändt språng åt h.

2. Motvänd svingning åt h. till fritt stöd öfver korset, frånvänd svingning åt v. till ridsits i sadeln, frånvändt utsprång.

3. Motvänd svingning åt h. till fritt stöd öfver korset, frånvändt utsprång åt v. öfver sadeln.

4. Frånvänd svingning åt v. till ridsits i sadeln, skrufning v. frt. till stående.

5. Frånvänd svingning åt v. till frånvändt strstd. på bommarna, huksprång bkt. till stående.

XIV.

Från stående frf. sadeln med grepp på bommarna.

1. vb. fram- och baksving med *frånvändkretssvingning* åt v. till ridsits på halsen, grensprång frt.

2. vb. fram- och baksving, vb. kretsning under h. och v. handen, hb. fram- och baksving, *frånvänd-*

kretssvingning åt h. till ridsits på korset, grensprång frt.

3. vb. fram- och baksving, *frånvändtkretsutsprång* åt v. till stående.

4. = 2, men *frånvändtkretsutsprång* åt h. i st. f. kretsfrånvändsvingning åt h.

5. vb. in- och utsvingning till motvändt strstd. *frånvändkretssvingning* åt v. till ridsits på halsen, saxning bkt. till stående.

6. vb. kretsning under v. och h. handen till motvändt strstd., *frånvändkretssvingning* åt v. till ridsits på halsen, skrufning åt h. bkt. till stående.

7. Benkretsning åt h. till motvändt strstd., *frånvändkretssvingning* åt h. till ridsits på korset, saxning bkt. genom grensprång bkt. till stående.

8. hb. kretsning under h. och v. handen, benkretsning åt h. till motvändt strstd., frånvändtkretsutsprång åt h. till stående.

XV.

1. Sidsving frt. och bkt. åt h. öfver korset = *fint* åt h., nedsprång bkt.

2. *Fint* åt h., motvändsvingning åt v. till ridsits i sadeln, motvändt utsprång åt v.

3. *Fint* åt h., frånvändsvingning åt v. till ridsits i sadeln, skrufning åt h. till stående.

4. vb. fram- och baksving öfver halsen, *fint* åt h. och direkt sidsprång öfver åt v. frt.

5. vb. fram- och baksving öfver halsen, fint åt h. och frånvändtkretsutsprång åt h. till stående.

6. Kretssvingning under h. och v. handen till *fint* åt h., kretssidsprång öfver åt v. till stående frf.

7. *Fint* åt h., frånvändkretsuppsits åt h. till ridsits på korset, motvändt utsprång.

8. *Fint* åt h., frånvändtkretsutsprång åt h. till stående.

9. Vargsprång till fritt stöd på h. bommen, vb. svingning bkt. och åt h. till *fint* åt h. och sidsprång öfver åt v. frt.

10. vb. svingning bkt. öfver korset (skruf bkt. åt h.) och tillbaka, vb. insvingning och saxning åt h. sidan, hb. svingning bkt. till *fint* åt v., frånvändtkretsutsprång åt h. till stående.

XVI.

Öfningarna börja med h. handens grepp på v. bommen och uppsprång till frånvändt strstd. genom helvändning åt v. och med vb. utsvingning. Följer så:

1. vb. insvingning under h. handen, hb. utsvingning under h. handen och vb. utsvingning under v. handen till sidsprång öfver åt h. frt.

2. Början = 1, men i st. f. sidsprång åt h. göres frånvändkretssvingning åt v. till ridsits på korset, nedsprång frt.

3. vb. svingning frt. till fritt stöd på v. bommen, hb. utsvingning till *fint* åt v. och frånvändtkretsutsprång åt v.

4. Skrufning åt h. frt. till direkt motvändt utsprång åt v.

5. vb. insvingning till frånvändt strstd. och kretssidsprång från h. åt v. till stående.

6. vb. insvingning, sidsving åt h. bkt. och frånvändtkretsutsprång åt h.

7. vb. insvingning under h. handen till nedsprång frt.

XVII.

Öfningarna börja som i XVI.

1. hb. utsvingning och frånvändkretssvingning åt h. till ridsits på halsen, nedsprång frt.

2. hb. utsvingning och frånvändtkretsutsprång åt h.

3. hb. utsvingning och fint åt v. och frånvändtkretsutsprång åt v.

4. hb. utsvingning och sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., hb. kretsning under h. och v. handen till stående.

5. hb. utsvingning, kretssvingning från v. åt h., vb. fram- och baksving till sidsprång öfver åt h. frt.

6. hb. kretsning under h. och v. handen till saxning åt h., hb. insvingning till nedsprång med vändning åt v.

7. hb. kretsning under h., v. och h. handen till motvändt strstd., sidsprång öfver åt v. frt.

8. hb. kretsning under h. och v. handen, vb. insvingning och kretssidsprång från h. åt v. till stående.

XVIII.

Öfningarna börja såsom i föregående grupp.

1. Saxning åt v., hb. insvingning och direkt sidsprång öfver åt v. bkt.

2. Saxning åt v., hb. svingning åt h. till fritt stöd på h. bommen, vb. utsvingning och sidsprång öfver åt v. frt.

3. hb. utsvingning under v. handen till fint åt h. och frånvändtkretsutsprång åt h.

4. Saxning åt h. sidan med vändning åt h. till ridsits i sadeln, motvändt utsprång åt h.

5. Saxning åt h. sidan, vb. utsvingning och sidsprång öfver åt h. frt.

6. Gaffel och hb. insvingning till nedsprång med vändning åt v.

7. Gaffel och hb. insvingning till sidsprång öfver bkt. åt v.

XIX.

Öfningarna börja som i föregående grupp från stående frf. sadeln med h. handens grepp på v. bommen. Uppsprång med helvändning åt v. till frånvändt strstd. och *hb. utsvingning* till tvärsträckstöd i sadeln. Följer så:

1. hb. kretsning under v., h. och v. handen till stående.

2. hb. svingning åt v. till fritt stöd på v. bommen med vb. på inre och hb. på yttre sidan om v. handen; hb. kretsning under h. handen till frånvändt utsprång åt v.

3. Början = 2, hb. kretsning under h. handen och med helvändning åt v. till motvändt strstd. på korset, genast vb. kretsning under v. och h. handen till motvändt utsprång åt v. öfver sadeln.

4. Början = 2, hb. insvingning till nedsprång frt.

5. = 2, hb. insvingning till frånvändt strstd. och sidsprång öfver åt v. bkt.

6. = 2, hb. kretsning under h. och v. handen till motvändt utsprång åt h. öfver korset.

7. = 2, hb. tillbaka och saxning åt v. sidan, hb. utsvingning och frånvändt utsprång åt v.

8. = 2, vb. utsvingning under v. handen och genast frånvändtkretsutsprång åt v.

9. = 2, vb. utsvingning till fint åt h., frånvändtkretsutsprång åt h.

10. = 2, vb. kretsning under v. och h. handen till nedsprång frt. med vändning åt v.

11. = 2, vb. kretsning under v. och h. handen till frånvändt strstd. med anslutning af h. benet till det venstra, sidsprång öfver åt v. bkt.

12. = 2, vb. kretsning under v. och h. handen till saxning åt h. sidan (hb. svingas först bkt.), hb. utsvingning under v. handen till stående.

XX.

1. hb. insvingning under v. handen, vb. insvingning under h. handen till sidsprång öfver åt v. bkt.

2. hb. insvingning under v. handen och vb. insvingning under h. handen till frånvändt strstd., hb. utsvingning under v. och vb. utsvingning under h. handen till sidsprång öfver frt. åt v.

3. hb. insvingning under v. handen, vb. kretsning under h. och v. handen, hb. utsvingning till sidsprång öfver åt v. frt.

4. Sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., och genast hb. kretsning under h. och v. handen till nedsprång frt.

5. hb. fram- och baksving och sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., vb. utsvingning under h. handen och skrufning åt h. bkt. till stående.

6. hb. kretsning under v. och h. handen och sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., vb. kretsning bkt. under h. och v. handen och kretssidsprång till stående från h. åt v.

7. vb. svingning bkt. på korset och tillbaka genom sidsvingning åt v. frt. till frånvändt strstd., vb. utsvingning under h. handen och saxning åt v. sidan, hb. insvingning till stående.

XXI.

Språng med anlopp till fritt stöd på bommarna med hög baksving till:

1. Huksprång frt.
2. Genomträdning till strstd. med benlyftning frt., nedsprång frt.
3. = 2, men från benlyftningen frt. genomträdning bkt. till stående och grensprång frt.
4. Vargsprång.
5. Grensprång.
6. Sidsprång.
7. Motvändt utsprång.

8. Frånvändt utsprång.
9. Öfverslag med böjda armar.
10. Öfverslag med sträckta armar.
11. Handstående, nedsprång med vändning åt v.
12. Handstående och huksprång.
13. Handstående och grensprång.

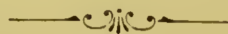
XXII.

Språng öfver långställd häst utan bommar.

1. Språng med stöd på halsen till handstående, grensprång.
2. = 1, men huksprång.
3. Grensprång öfver med stöd på korset.
4. Fritt grensprång utan stöd.
5. Öfverslag till stående på v. sidan.
6. Öfverslag till stående.

XXIII.

1. Grensprång öfver bkt.
2. Grensprång bkt. med saxning frt. till ridsits, frånvändt utsprång åt h.
3. = 2, men öfver hästen.
4. Frånvändt språng åt h. med vändning åt v. till motvändt strstd., sidsprång åt v.
5. Grensprång åt h. bkt. med saxuppsits åt v. bkt. till ridsits, motvändt utsprång.
6. Frånvändt uppsprång åt h. med saxning åt v. till ridsits, hb. kretsning under v. och h. handen till frånvändt utsprång åt h.
7. Skrufoppsits från v. sidan åt v. bkt. till ridsits, frånvändt utsprång åt h.



Del II.



Fig. 1. Motvändt strstd.

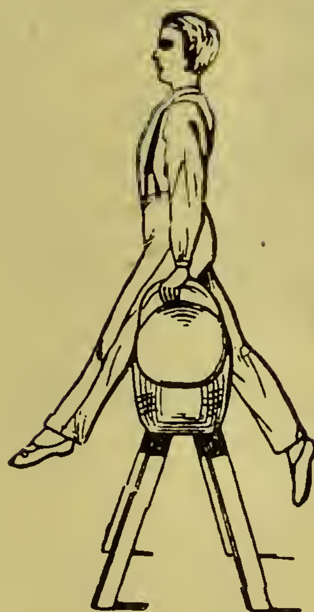


Fig. 2. Tvärridsits.

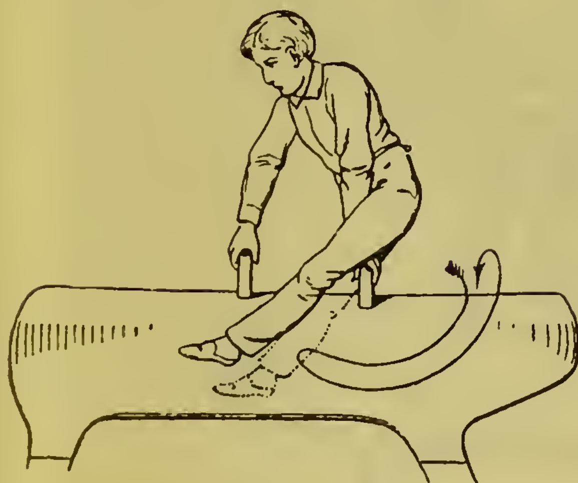


Fig. 3. vb. svingning frt. och bkt.



Fig. 4. hb. insvingning under v. handen.



Fig. 5. Frånvändt strstd.

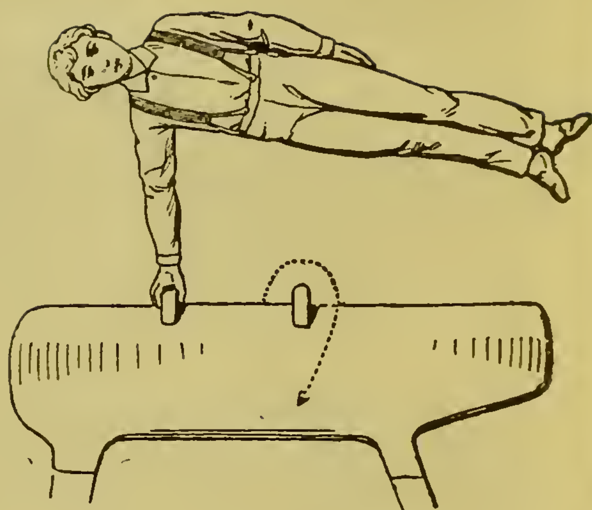


Fig. 6. Sidsprång åt v.

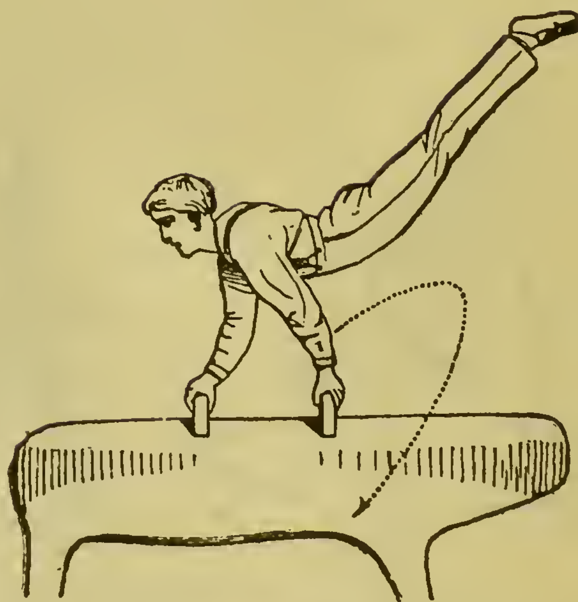


Fig. 7. Motvändt språng åt v.

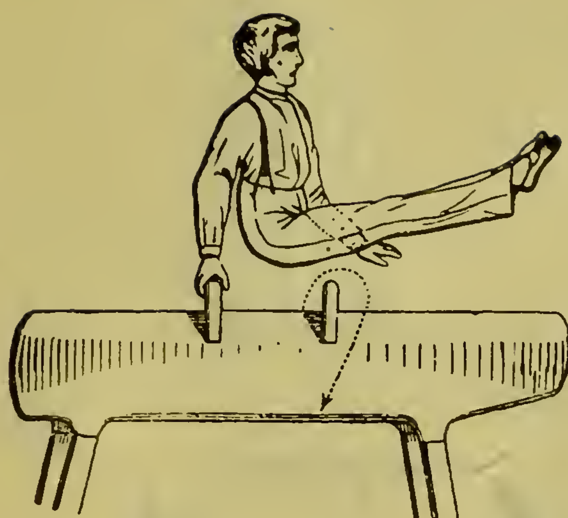


Fig. 8. Frånvändt språng åt v.

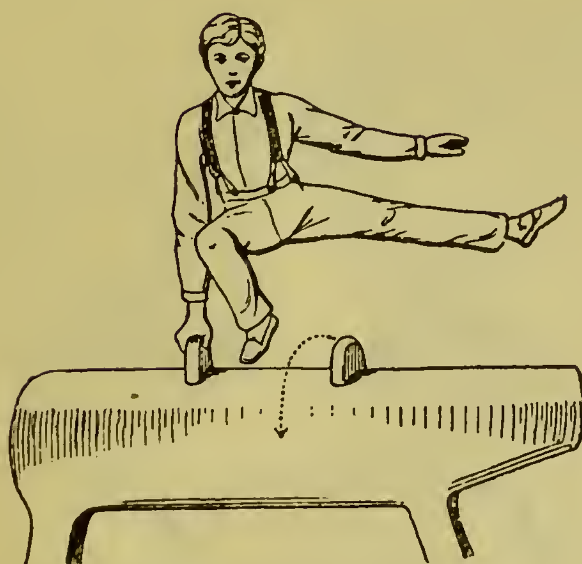


Fig. 9. Vargsprång.

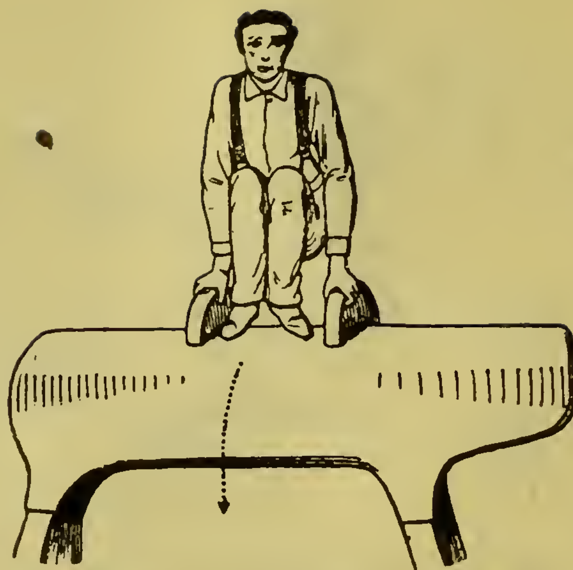


Fig. 10. Huksprång.

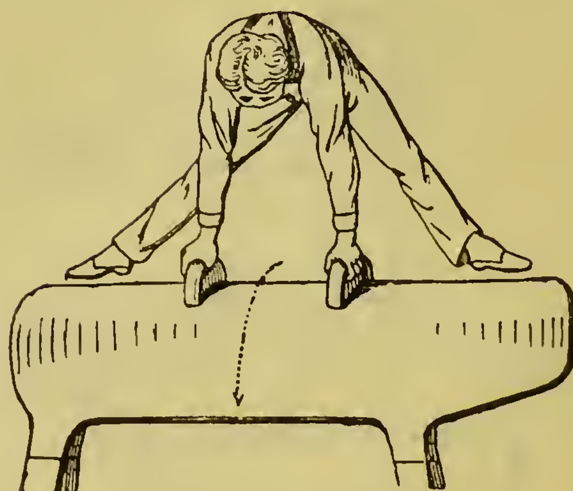


Fig. 11. Grensprång.

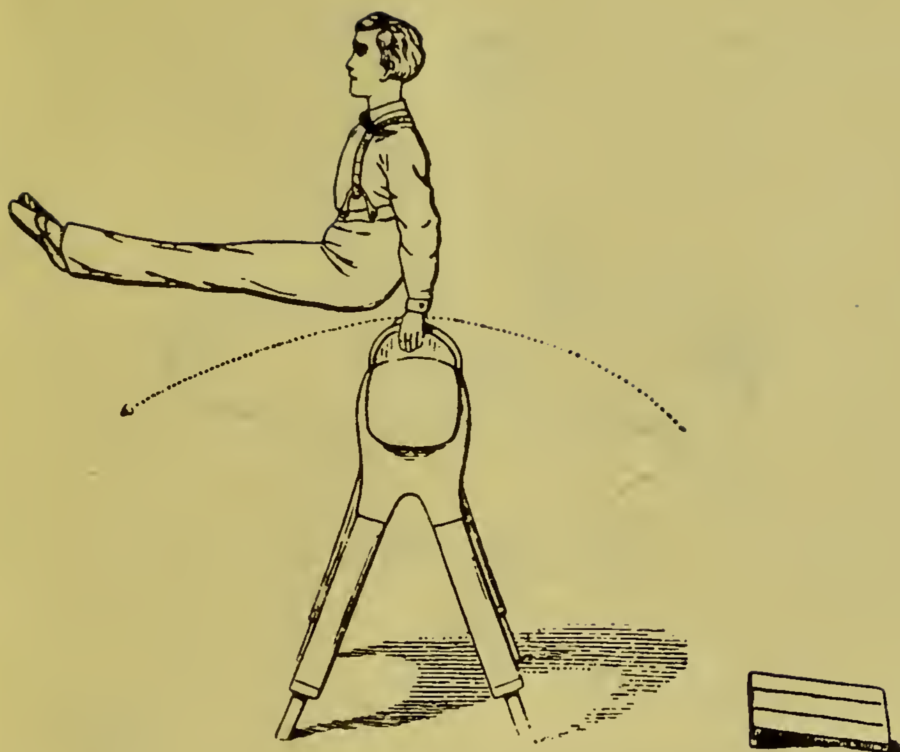


Fig. 12. Tjufsprång.



Fig. 13. Skrufoppsits åt h. bkt.

Fig. 14. Fritt strstd.

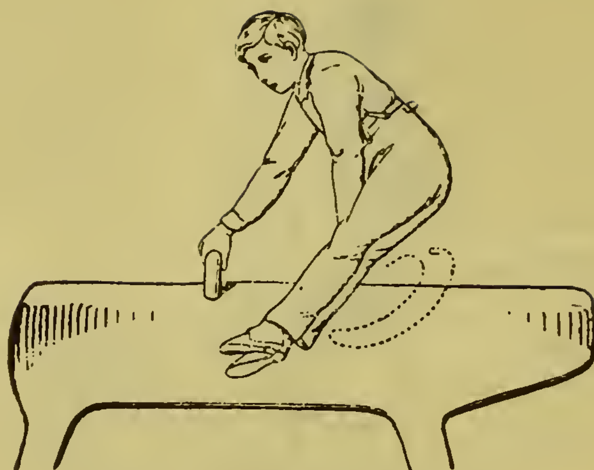


Fig. 15. Fint åt v.



Fig. 16. Fritt stöd på v. bommen.

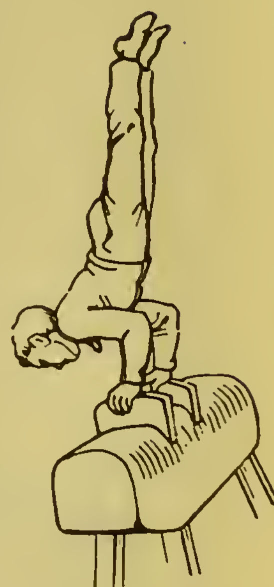


Fig. 17. Öfverslag på böjda armar.



HELSINGFORS 1907
EDLUNDSKA BOKHANDELN
(E. & O. HJORTH)

Fmk. 2:—